



JOURNÉE
NATIONALE
des
aidants

SEMAINE DES AIDANT.ES

ORGANISÉE DANS LE CADRE DE LA JNA 16^{ÈME} ÉDITION

- 18 sept.
au 2 oct. Marche connectée
« Pas à pas pour les aidants »
- Samedi
4 oct. Journée festive des aidants
9h-16h Place de l'Hôtel de Ville
- Lundi
6 oct. Ciné débat Film « Presque »
19h au CinémaMalraux



Du 02 au 10 octobre 2025

Un programme varié
sur le Bassin Chambérien

- Marche connectée
- Ciné-débat
- Cafés d'échanges
- Stands d'information
- Exposition, ...

INFORMATIONS ET CARTE DES ÉVÈNEMENTS SUR ASSOCIATIONJETAIDE.ORG



sanofi

Semaine organisée par le Collectif
« Ensemble pour les aidants »
du Bassin Chambérien

Semaine des aidants Programme 2025

Pour plus d'infos sur les activités en Savoie, renseignez-vous auprès du
Centre Local d'Information et de Coordination du Bassin Chambérien
CLIC-bassinchamberien@savoie.fr - 04 79 85 79 60

Du 18 sept.
au 2 oct.

2 semaines : Marche connectée « Pas à pas pour les aidants »
Bulle d'air, MSA Alpes du Nord, NUMERIQUE

Jeudi
2 oct.

15h-18h : Exposition itinérante « Porteur de paroles »
Régie Coup de Pouce, Café au bonheur d'une Pause, BARBY

Vendredi
3 oct.

14h30-17h : Formation des aidants Alzheimer et maladies apparentées
France Alzheimer Savoie, SAINT-ALBAN-LEYSSE

Samedi
4 oct.

9h à 16h : Journée festive des aidants
Bulle d'air, MSA Alpes du Nord, avec la participation de tous les partenaires du collectif "Ensemble pour les aidants", CHAMBERY

Lundi
06 oct.

9h-18h : Journée des aidants du CHMS
CHMS et de nombreux partenaires, CHAMBERY

14h30-16h : Atelier Tangothérapie
Plateforme de soutien aux aidants Grand âge, SAINT-ALBAN-LEYSSE

15h-16h : Atelier Yoga Assis
Plateforme de soutien aux aidants Grand âge, SAINT-ALBAN-LEYSSE

18h-20h : Groupe de parole
France Alzheimer Savoie, SAINT-ALBAN-LEYSSE

19h : Ciné-débat, autour du film « Presque »
Plateforme Aidants Multi-services 73, Accueil Savoie handicap, Plateforme de soutien aux aidants Grand âge, SAINT-ALBAN-LEYSSE



Mardi
7 oct.

10h à 12h : Café Lewy entre aidants

Association d'aidants et de malades à Corps de Lewy, **CHAMBERY**

10h-16h : Séance Photo Aidant/Aidé

APF France handicap, **CHAMBERY**

14h-17h : Découverte de la Halte-Relais Relaxation

France Alzheimer Savoie, **LA-MOTTE-SERVOLEX**

Mercredi
8 oct.

14h-16h : Permanence d'information - Vieillesse/Handicap

CCAS de Chambéry, France Alzheimer Savoie, Communauté 360 de Savoie, **CHAMBERY-LE-HAUT**

14h-17h : Après-midi d'échanges avec des aidants

Alliance du Cœur, France AVC, **BARBY**

Jeudi
9 oct.

10h-16h : Espace d'écoute et d'informations personnalisées

CLIC Bassin Chambérien et Service PA-PH, **CHAMBERY**

10h : Café Lewy - Rencontre entre aidants endeuillés

Association d'aidants et de malades à Corps de Lewy, **EN LIGNE**

9h30-16h30 : Formation derniers secours

JALMALV, **CHAMBERY**

13h45-16h30 : Débat philo « C'est quoi aider ? »

SESSAD d'Accueil Savoie Handicap, **CHALLES-LES-EAUX**

Vendredi
10 oct

11h-12h : Conférence « L'hydratation de mon proche »

SAMSAH d'Accueil Savoie Handicap, **EN LIGNE**

9h-12h : Atelier « Le Rendez-vous Part'Âges »

Régie Coup de Pouce, Café au bonheur d'une Pause, **BARBY**

Bonus

Toute la semaine : Répét à domicile

Plateforme de soutien aux aidants Grand âge, **A DOMICILE**

Toute la semaine : Soutien psychologique

France Alzheimer Savoie, **SAINT-ALBAN-LEYSSE OU A DOMICILE**

Sept à Déc : Café des aidants du bassin chambérien

CLIC Bassin Chambérien, **CHAMBERY**

14 oct : Café Lewy entre aidants, en visioconférence

Association d'aidants et de malades à Corps de Lewy, **EN LIGNE**

Des ateliers

Atelier Tangothérapie

Lundi 06 octobre de 14h30 à 16h

Salle "Bouton d'Or", Centre de Culture et de Loisirs, 159 av de la Mairie, SAINT-ALBAN-LEYSSE

'Vous aimez danser ? Joignez-vous à notre professeure de tango et à notre équipe de bénévoles pour un cours de tango adapté. Vous avez la possibilité de venir accompagné de votre proche. Sur inscription au 04 80 81 68 37, gratuit.

Atelier Yoga sur chaise

Lundi 06 octobre de 15h à 16h

Salle de La Poste, 120 avenue de la mairie, SAINT-ALBAN-LEYSSE

Offrez-vous un moment de détente à travers des exercices de respiration, de vibration de la voix et de mobilisation des articulations. Vous avez la possibilité de venir accompagné de votre proche. Sur inscription au 04 80 81 68 37, gratuit.

Séance photo Aidant-Aidé

Mardi 07 octobre de 10h à 16h

APF, 306 rue Jules Bocquin, CHAMBERY

Venez avec votre aidant vous faire photographier par notre photographe professionnelle. Accessoires, décors, et bonne humeur seront de la partie ! Café offert. Inscription obligatoire des binômes au préalable. Ouvert aux adhérents de l'association en priorité. Si créneaux encore disponibles, ouvert à l'extérieur. Info : 0479694181. Gratuit.

Découverte de la Halte-Relais Relaxation

Mardi 07 octobre de 14h à 17h

Paroisse Saint Pierre du Lac, Le Bourget 230 MNT St Jean, LA-MOTTE-SEVOLEX

Votre proche bénéficiera d'un temps partagé avec des bénévoles formées de France Alzheimer 73 pendant que vous vous détendez en compagnie d'autres aidants et de notre sophrologue. Un temps aidants-aidés clôturera la demi-journée. Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi confier votre proche afin de prendre votre après-midi. Sur inscription. 04 80 81 68 37, gratuit.

Atelier « Le Rendez-vous Part'Âges »

Vendredi 10 octobre de 9h à 12h

Café associatif Au Bonheur d'une Pause, 5 place de la Mairie, BARBY

Au fil d'un parcours de témoignages et jeux, plongez dans l'univers de la cohabitation intergénérationnelle solidaire. Découvrez comment la cohabitation est un dispositif gagnant-e / gagnant-e qui repose sur la solidarité et la bienveillance tout en luttant contre les solitudes de chacun-e et en soulageant le quotidien des aidants. Animé par la Régie Coup de Pouce avec le soutien du café Au Bonheur d'une Pause. Tout public, accès libre. Info : 07 85 18 93 96

Des formations et sensibilisations

Formation des aidants Alzheimer et maladies apparentées

Série de rencontres les vendredis 03-10-17 oct., 7-21 nov. et 5 déc. de 14h30 à 17h

France Alzheimer Savoie, 265 chemin du Frettey, SAINT-ALBAN-LEYSSE

'Nous vous proposons une formation de 14 heures animée par une psychologue et un bénévole formé ayant fait l'expérience d'aidant auprès d'un proche porteur d'une maladie neurodégénérative. Sur inscription au 04 80 81 68 37, gratuit.

Formation aux Derniers secours

Jeudi 09 octobre de 9h30 à 16h30

Salle du Verger, rue du Verger (après le café Le Passage), CHAMBERY

Cette formation est ouverte à tous les citoyens. Elle a pour but de vous sensibiliser, vous informer et vous guider dans l'accompagnement des derniers jours d'un proche. Animé bénévolement par un soignant et un bénévole expérimenté en accompagnement de la fin de vie. N'hésitez pas à venir nous rencontrer ! Gratuit. Ouverture des inscriptions courant septembre sur le site : <https://derniers-secours.fr/inscription/>

Conférence « L'hydratation de mon proche »

Vendredi 10 octobre de 11h à 12h

EN LIGNE, depuis chez vous

La diététicienne des SAMSAH d'Accueil Savoie Handicap prendra le temps d'expliquer l'importance de l'hydratation dans le quotidien en utilisant des supports créés lors d'ateliers dont les thématiques sont : Les besoins en hydratation, le lien entre traitement et hydratation, sensibilisation à l'hydratation durant les périodes de fortes chaleurs et la nécessité de l'hydratation en activités physiques.

Pour recevoir le lien : 04 79 62 78 26.



Débat Philo « C'est quoi aider ? »

Jeudi 09 octobre de 13h45 à 16h30

Ecole primaire de CHALLES-LES-EAUX

Deux professionnelles du SESSAD d'Accueil Savoie Handicap (ASH) interviendront dans une classe de CM2 de l'Ecole de Challes-les-Eaux autour de la thématique "C'est quoi aider ?". Cette intervention sera animée sur la base d'outils pédagogiques développés par la Pause Brindille de Lyon. Réservé aux élèves.

Des échanges et du soutien

Groupe de parole - Alzheimer

Lundi 06 octobre de 18h à 20h

France Alzheimer Savoie, 265, chemin du Frettey, SAINT-ALBAN-LEYSSE

Espace de soutien et d'écoute animé par notre psychologue pour échanger sur les problématiques que vous traversez et rencontrer d'autres aidants vivant des situations similaires. Sur inscription au 04 80 81 68 37, gratuit.

Cafés Lewy - Rencontres entre aidants

Mardi 07 octobre de 10h - La Base, Espace Malraux, CHAMBERY. 0685593392

Jeudi 09 octobre à 10h - EN LIGNE, depuis chez vous. Entre aidants endeuillés

Mardi 14 octobre à 14h30 - EN LIGNE, depuis chez vous

Inscription obligatoire via le site d'A2MCL, pour recevoir le lien des visioconférences : <https://association-maladie-corps-lewy.a2mcl.org/>

Après-midi d'échanges avec des aidants

Mercredi 08 octobre de 14h à 17h

Café associatif Au Bonheur d'une Pause, 5 place de la Mairie, BARBY

Quelle que soit la pathologie de l'aidant, être aidant nécessite de conserver une vie sociale, des activités de bien-être, et d'ECHANGER... Venez en discuter!

Accès libre, gratuit, tous publics.

Soutien psychologique

Toute la semaine, sur demande

France Alzheimer Savoie, 265 chemin du Frettey, SAINT-ALBAN-LEYSSE ou chez vous

Vous accompagnez une personne Alzheimer et souhaitez pouvoir échanger librement de votre situation dans un cadre confidentiel ? Nous vous proposons de bénéficier gratuitement de 5h de soutien psychologique auprès de notre psychologue.

Contact : 04 80 81 68 37

Café des aidants de Chambéry

Les jeudis 18 septembre, 16 octobre, 13 novembre, 11 décembre de 17h à 18h30

Café associatif Le passage, 35 rue du verger - CHAMBERY

Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants. Accès libre.
Plus d'info : CLIC-bassinchamberien@savoie.fr - 04 79 85 79 60

Des informations

Exposition itinérante « Porteur de paroles »

Jeudi 2 octobre de 15h à 18h

Place de la Mairie, BARBY

« Porteur de paroles » sur les discriminations liées à l'âge à Barby - une exposition interactive et itinérante, basée sur la récolte de paroles des habitant-es et des passant-es. menées par la Régie Coup de Pouce avec le soutien du café associatif Au Bonheur d'une Pause . 'Tout public, sans réservation - Animations - Renseignement : 07 85 18 93 96

Journée des aidants du CHMS

Lundi 06 octobre de 9h à 18h

Hall Central de l'Hôpital, place Lucien Biset, CHAMBERY

Echangez avec de nombreux professionnels qui œuvrent aux côtés des aidants.

Permanence d'informations - Vieillesse/Handicap

Mercredi 08 octobre de 14h à 16h

Salle Belledonne, Mairie de Quartier, 1 place du Forum, CHAMBERY-LE-HAUT

Des questions sur le vieillissement, la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée ? Des questions autour du Handicap ? Besoin d'être écouté, orienté ? Venez en discuter pour y voir plus clair ! Accès libre, gratuit, tous publics.

Espace d'écoute et d'informations personnalisées

Jeudi 09 octobre de 10h à 16h

Conseil départemental 73 - CLIC Bassin chambérien, 116 Rue Sainte Rose, CHAMBERY

Les professionnels du CLIC (Centre Local d'Information et de Coordination) et du service PAPH (Personnes Agées Personnes Handicapées) vous accueillent pour des temps d'échanges, réponses adaptées à votre situation, aides existantes ainsi que les différents dispositifs existants. Vous trouverez également des informations sur les loisirs, l'actualité et la vie sociale du bassin chambérien. Venez nous rencontrer ! Accès libre. 04.79.85.79.60 CLIC-bassinchamberien@savoie.fr

Répît à domicile

Toute la semaine - A domicile

Vous souhaitez participer à une ou plusieurs activités, mais ne pouvez pas laisser votre proche seul à la maison ? Nous vous proposons de bénéficier d'heures de répît à domicile, par tranche d'intervention de 3 heures, avec un reste à charge de 7 à 9€ moyen de l'heure. 04 80 81 68 37 ou soutienauxaidants73@outlook.fr

Des événements

Challenge : Marche connectée

« Pas à pas pour les aidants »

Du jeudi 18 septembre au jeudi 02 octobre

Numérique, avec votre téléphone

L'association Bulle d'air® et la MSA Alpes du Nord lancent la 1ère Marche connectée « Pas à pas pour les aidants » pour soutenir la cause des aidants.

Ce défi amusant est accessible à tous, quel que soit votre âge, votre lieu de résidence en France ou votre condition physique. Prêt(s) à relever le défi ?

Inscrivez-vous dès le 4 septembre !



Journée festive des aidants

Samedi 04 octobre de 9h à 16h

Place de l'hôtel de ville, CHAMBERY

Venez profitez de plusieurs animations joyeuses et festives : jonglage, bulles géantes, maquillage pour enfants, fanfare, danse... Venez à la rencontre de tous les partenaires qui travaillent en faveur des aidants et qui vous donneront toutes les informations dont vous avez besoin. Gratuit et ouvert à tous

Ciné débat autour du film « Presque »

Lundi 06 octobre à 19h

Ciné Malraux, CHAMBERY

Deux hommes prennent la route, de Lausanne vers le sud de la France, dans un corbillard. Ils ont peu de choses en commun, du moins le croient-ils... Film réalisé en 2022 par Bernard CAMPAN et Alexandre JOLLIEN, également acteurs principaux du film aux côtés de Tiphaine DAVIOT. La projection sera suivie d'échanges animés par Accueil Savoie Handicap. Venez partager vos impressions, vos ressentis. www.malrauxchambery.fr. Billetterie sur place. 5€ la place.

